ШКОЛА ГАСТРОНОМА

№08 (82) апрель 2007

журнал для тех, кто любит готовить

Рецепты от Gallina Blanca

















■ итальянский бутерброд ■ теплый салат с мидиями ■ щи по-польски с мясом ■ оссобуко ■ карп в кисло-сладком соусе ■ кантонский рис ■ куриные крылышки в остром соусе ■ макароны с баклажанами и базиликом ■ овощной суп с цукини и сельдереем ■ пенне с грибами и луком ■ овощная лазанья ■ омлет с тремя вкусами ■ печенье с цукатами ■ торт «капучино» ■ корзиночки с фруктами

www.gastromag.ru

ISSN 1728-6948







Дорогие друзья!

Чем ближе к лету, тем больше тянет на природу. До открытия «сезона пикников» осталось совсем немного времени. Поэтому наш журнал уже начинает давать рецепты блюд, которые можно взять с собой на пикник.

И не забывайте о конкурсах, объявленных «Школой гастронома». За победу в конкурсе на лучший напиток из овощей и фруктов будет вручен новый блендер Multiquick Complete от фирмы Braun. Авторы рецептов, занявшие второе и третье места, получат блендеры Braun 6550 M CA. Письма принимаются до 1 июля с. г.

А до 15 мая с. г. вы можете поучаствовать в конкурсе на самое вкусное блюдо из продуктов компании Parmalat, победитель которого получит возможность посетить мастер-класс «Итальянская кухня». Ждем ваших писем и желаем удачи.

Ваша редакция

условные обозначения

вегетарианское питание

блюда, которые подходят для детей

M≈ блюда, которые можно готовить в микроволновой печи

сложность приготовления блюд
- легкие рецепты
- рецепты средней сложности
- рецепты для опытных кулинаров

блюда, приготовленные с продуктами GALLINA BLANCA

* полезный совет

содержание



итальянский бутерброд

Время приготовления: 15 мин.
Порций: 8
1 порция: 139,4 ккал
белки – 11,2 г, жиры – 27,1 г, углеводы – 23,6 г













ЧТО НУЖНО:

- **2** красных сладких перца
- **2** луковицы
- **4 ст. л.** оливкового масла
- **1** батон белого хлеба
- **1** пучок салата
- **2** небольших помидора
- **175 г** салями
- **150 г** сыра гауда
- **3 ст. л.** красного винного уксуса

ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 Сладкий перец вымыть, разрезать пополам, удалить сердцевину, нарезать кольцами. Лук очистить, нарезать тонкими кольцами. В сковороду налить 1 ст. л. масла и обжарить лук, 5–7 мин., изредка помешивая. Лук переложить на блюдо, а в остатках масла обжарить колечки перца, 5 мин.

2 Батон разрезать на 3 продольные части.

3 Листья салата промыть, обсушить. Разрезать кочан салата пополам вдоль. Помидоры вымыть и нарезать тонкими кружками. Такими же кружками нарезать салями. Сыр нарезать тонкими ломтиками.

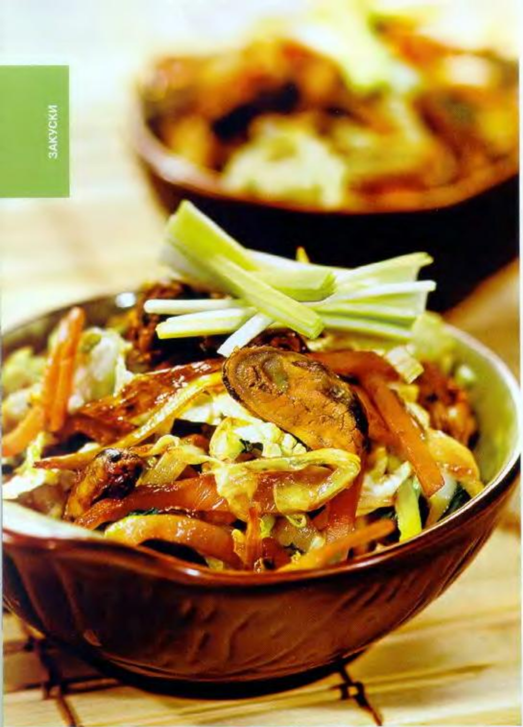
4 Уксус взбить с оставшимся оливковым маслом. Получившейся смесью промазать все части хлеба. Положить на нижнюю часть половину листьев салата и обжаренные кружки перца.

5 Накрыть второй частью хлеба, сверху выложить кружки помидоров, ломтики сыра, жареный лук и салями.

6 Накрыть листьями салата и верхней частью батона, прижать. Плотно завернуть батон в пищевую пленку и поставить в холодильник на 1 ч.

Перед подачей нарезать на порции.

ЗАКУСКИ



теплый салат с мидиями



ЧТО НУЖНО:

- **0,5** кочана китайской капусты
- **1** стебель лука-порея, только белая часть
- **1** морковка
- **3** веточки петрушки
- **2** листика шалфея
- **250 г** мидий
- • растительное масло для обжаривания
- **2 ст. л.** соевого соуса
- • сок 1 лайма

Время приготовления: 30 мин.
Порций: 4
1 порция: 124 ккал
белки – 6,9 г, жиры – 9,4 г, углеводы – 2,9 г

ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 Капусту вымыть и нашинковать. Порей промыть, обсушить, нарезать кусками длиной 5 см, а затем соломкой. Морковь очистить и нарезать соломкой. Петрушку и шалфей вымыть, обсушить и измельчить. Мидии промыть, обсушить.

2 Разогреть в сковороде растительное масло, обжарить морковь, 3 мин. Добавить мидии и готовить еще 2 мин.

3 Положить зелень, порей и китайскую капусту. Влить соевый соус, перемешать. Готовить 3 мин. Снять с огня, полить соком лайма. Еще раз перемешать и разложить по тарелкам.







www.zanussi.ru

дверца нашего нового духового шкафа открывается вбок,



потому что так удобнее

Удобнее и привычнее! Ведь именно так открываются и окна, и книги, и духовой шкаф Zanussi с боковым открыванием двери. Удобно с любой точки зрения!

На правах рекламы

ЖИЗНЬ В УДОВОЛЬСТВИЕ. ДОКАЗАНО ZANUSSI




1


2


Gallina Blanca
Мясной бульон
3



ЩИ ПО-ПОЛЬСКИ С МЯСОМ

ЧТО НУЖНО:

- **0,5 кг** говядины
- **0,5 ч. л.** горчицы
- **2** морковки
- **1** корень петрушки
- **0,25** корня сельдерея
- **0,5** кочана капусты
- **1** луковица
- **4** зубчика чеснока
- **1,5 л** жидкого бульона GALLINA BLANCA
- **100 г** топленого сала
- **2** лавровых листа
- соль, черный перец по вкусу.

Время приготовления: 1 час 45 мин. + 10 часов
Порций: 6
1 порция: 336 ккал
белки – 13,7 г, жиры – 28,4 г, углеводы – 6,3 г

КСТАТИ

Готовый жидкий бульон GALLINA BLANCA, наваристый и ароматный, – это отличная основа для ваших любимых супов. Бульон сварен из отборных натуральных ингредиентов: нежного мяса, морковки и лука по традиционному русскому рецепту. Теперь вам нужно подключить свой кулинарный талант и приготовить тот суп, который так нравится вам и вашей семье, используя уже сваренный нами бульон. Ваши домашние как всегда останутся довольны супом, приготовленным вами.



ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 Мясо вымыть, нарезать крупными кубиками, отбить с двух сторон. Смазать кусочки горчицей и положить в холодильник на 10 ч.

2 Морковь, корень петрушки и сельдерей вымыть, очистить и нарезать соломкой. Капусту сполоснуть и нашинковать. Лук очистить и нарезать тонкими полукольцами. Зубчики чеснока очистить и измельчить.

3 Жидкий бульон GALLINA BLANCA влить в кастрюлю, добавить 1,5 л воды и довести до кипения.

4 Положить мясо, уменьшить огонь и варить 1,5 ч.

5 В сковороде разогреть топленое сало. Положить подготовленные коренья, морковь, лук и чеснок и тушить до мягкости, 10 мин.

6 Шумовкой вынуть мясо из кастрюли, бульон процедить через мелкое сито в чистую кастрюлю. Добавить в него тушеные коренья и лук, нашинкованную капусту. Посолить по вкусу, довести до кипения. Затем уменьшить огонь, добавить лавровые листья, мясо и варить 15 мин.


4

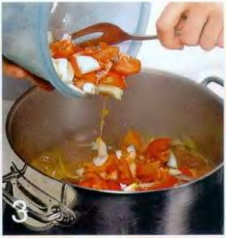

5


6









оссобуко





ЧТО НУЖНО:

- **1** луковица
- **2** зубчика чеснока
- **2 ст. л.** сливочного масла
- **4** куска телячьей рульки
- **275 мл** сухого белого вина
- **400 г** помидоров
- **1 ст. л.** томатной пасты
- пучок петрушки
- цедра 1 лимона
- **1** стакан риса
- соль, черный перец по вкусу

Время приготовления: 1 час 55 мин.
Порций: 4
1 порция: 423,7 ккал
белки – 35,9 г, жиры – 11,5 г, углеводы – 44,1 г

ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 Лук и чеснок очистить. Лук крупно нарезать кусками. 1 зубчик чеснока слегка раздавить. Помидоры ошпарить кипятком, снять кожицу, а мякоть измельчить. Разогреть в кастрюле 1 ст. л. масла, положить раздавленный чеснок, обжарить его до бледно-золотистого цвета, около 1 мин., и шумовкой переложить на тарелку.

2 Добавить оставшееся масло, положить в кастрюлю кусочки телятины и обжарить их до образования золотисто-коричневой корочки, по 4 мин. с каждой стороны. Влить вино. Дать закипеть.

3 Уменьшить огонь. Вновь положить в кастрюлю обжаренный чеснок. Добавить помидоры, лук и томатную пасту. Приправить солью и перцем. Накрыть крышкой. Готовить 1 ч. Затем снять крышку и готовить еще 30 мин.

4 Рис тщательно промыть, дать обсохнуть. Разогреть сухую кастрюлю, всыпать рис и обжарить, помешивая деревянной лопаткой, 4 мин. Влить 2 стакана воды. Быстро довести до кипения, затем убавить огонь до минимума и варить, пока почти вся вода не впитается в рис. Снять кастрюлю с рисом с огня, накрыть крышкой и оставить в теплом месте.

5 Оставшийся зубчик чеснока измельчить. С лимона снять мелкой теркой цедру. Петрушку вымыть, обсушить и мелко нарезать. Перемешать чеснок, цедру и петрушку.

Выложить мясо вместе с соусом на блюдо, посыпать приправой. Подавать с рисом.

КСТАТИ

Оссобуко – телячья рулька, приготовленная в белом вине с помидорами. Одно из самых известных блюд итальянской кухни. Куски рульки должны быть толщиной около 5 см. В качестве приправы можно использовать не только петрушку, но и другие пряные травы.



карп в кисло-сладком соусе

Время приготовления: 1 час 55 мин.
Порций: 8
1 порция: 513 ккал
белки – 44,6 г, жиры – 23,7 г, углеводы – 30,3 г

ЧТО НУЖНО:

- **1** карп весом 2,5 кг
- **4 ст. л.** белого сухого вина
- **1,5 ч. л.** соли
- **3** яйца
- **4 ст. л.** крахмала
- **1** красная луковица
- **2** зубчика чеснока
- • кусочек свежего имбиря длиной 3 см
- **2** стебля лука-порея, только белая часть
- **2** морковки
- **150 г** вешенок
- **200 г** свежемороженого зеленого горошка

Для соуса:

- **1,5** стакана воды
- **0,5** стакана винного уксуса
- **2 ст. л.** белого сухого вина
- **2 ст. л.** соевого соуса
- **5 ст. л.** кетчупа
- **5 ст. л.** сахара
- **2 ст. л.** крахмала
- • растительное масло для обжаривания







ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 Рыбу очистить от чешуи, выпотрошить, оставив голову, хвост и плавники, промыть и обсушить. Сделать с каждой стороны несколько глубоких диагональных надрезов. Поместить рыбу на противень, накрытый пергаментом. Полить сухим вином, затем натереть солью.

2 Взбить в миске яйца с крахмалом, тщательно обмазать карпа этой смесью.

3 Разогреть духовку до 160 °С. Очистить лук, чеснок и имбирь. Лук разрезать на 4 части, кусочек имбиря – вдоль пополам. Уложить лук, чеснок и имбирь внутрь рыбы. Поставить противень с карпом в духовку, готовить 1,5 ч.

4 Порей вымыть, нарезать кусочками длиной 6 см. Морковь очистить, порезать соломкой. Вешенки вымыть и нарезать крупными кусками. Разогреть в сковороде 2–3 ст. л. растительного масла. Обжарить морковь и грибы, 4 мин. Затем добавить порей, готовить еще 3 мин., помешивая. Добавить горошек, перемешать и снять с огня. Поставить в тепло.

5 В сотейнике смешать стакан воды с уксусом, вином и соевым соусом. Добавить кетчуп и сахар, перемешать. Поставить на огонь и довести до кипения. Крахмал развести в оставшейся воде и осторожно влить в соус. Уменьшить огонь и готовить, помешивая, 6 мин. Влить половину соуса в овощи, перемешать.

6 Оставшимся соусом полить готовую рыбу.

Подавать вместе с овощами.





















кантонский рис

ЧТО НУЖНО:

- **1** стакан риса **Индика Gold «Мистраль»**
- **2** красных сладких перца
- **4 ст. л.** растительного масла
- **6** помидоров черри
- **1** морковка
- **1** луковица
- **150 г** шампиньонов
- **2** веточки петрушки
- **6** перепелиных яиц
- • соль, перец по вкусу

Время приготовления: 1 час 10 мин.
Порций: 4
1 порция: 399 ккал
белки – 8,8 г, жиры – 19,8 г, углеводы – 46,4 г

ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 Рис промыть теплой водой. Положить в кастрюлю, влить 2 стакана воды и быстро довести до кипения. Добавить 1 ст. л. растительного масла, немного соли, уменьшить огонь и варить 7 мин. Снять с огня, накрыть крышкой и отставить.

2 Перцы вымыть, разрезать пополам и удалить сердцевину. Нарезать небольшими квадратами. Разогреть в сковороде 1 ст. л. растительного масла, обжарить перцы, 4 мин., переложить в миску. Помидоры вымыть, разрезать на половинки, опустить в кипящую воду на 3 мин., затем откинуть на дуршлаг.

3 Морковь и лук очистить, шампиньоны вымыть. Лук нарезать полукольцами, морковь – соломкой, шампиньоны – тонкими пластинами. В той же сковороде обжарить лук и морковь, 4 мин. Добавить шампиньоны и готовить 6 мин.

4 Петрушку вымыть, обсушить и измельчить. Яйца взбить в пышную пену. Продолжая взбивать, добавить петрушку и немного соли. Разогреть в сковороде оставшееся масло, вылить яичную смесь и готовить на среднем огне 7 мин. Перевернуть омлет на другую сторону и готовить еще 4 мин. Переложить на разделочную доску и дать немного остыть. Затем нарезать омлет тонкими полосками.

5 Рис выложить в глубокую сковороду, добавить помидоры, лук, морковь и грибы. Перемешать.

6 Поставить на средний огонь и прогреть 5 мин. В самом конце добавить полоски омлета.

КСТАТИ

Индика Gold – золотистый, чуть прозрачный, рассыпчатый рис. В процессе варки зерна риса сохраняют свою форму и остаются рассыпчатыми. Этот сорт риса идеально подходит для приготовления различных блюд европейской и восточной кухни, салатов, а также просто в качестве гарнира к любому блюду из мяса, птицы и рыбы.











куриные крылышки в остром соусе

ЧТО НУЖНО:

- **1 кг** куриных крылышек
- **0,5** стакана соевого соуса
- **2** помидора
- **2** веточки тимьяна
- **2** зубчика чеснока
- **5** кусков черствого белого хлеба
- растительное масло для обжаривания

Время приготовления: 50 мин.
Порций: 4
1 порция: 625,1 ккал
белки – 52,6 г, жиры – 39,8 г, углеводы – 14,1 г

ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 Крылышки вымыть, обсушить; у каждого крыла удалить крайнюю фалангу. Выложить крылья в миску, влить соевый соус, перемешать и дать настояться, время от времени перемешивая, 25–30 мин.

2 Помидоры разрезать на 4 части. Тимьян вымыть и обсушить. Чеснок очистить. Измельчить в блендере помидоры, тимьян и чеснок до однородной массы.

3 С хлеба срезать корку. Мякоть натереть на терке. Разогреть в сковороде растительное масло. Крылышки вынуть из соевого соуса, обвалять в хлебной крошке и обжарить, по 3–4 мин. с обеих сторон. Влить соевый соус и прогреть еще 2 мин.



макароны с баклажанами и базиликом

ЧТО НУЖНО:

- **2** баклажана
- **3 ст. л.** оливкового масла
- **350 г** **МАКАРОНЫ GALLINA BLANCA**
- **300 мл** сливок жирностью 33%
- **300 г** сливочного сыра маскарпоне
- **80 г** тертого пармезана
- **250 г** тонко порезанного сыра моцарелла
- **4 ст. л.** свежих листьев базилика
- соль, черный перец по вкусу







Время приготовления: 45 мин.
Порций: 4
1 порция: 1170,2 ккал
белки – 38,6 г, жиры – 77,9 г, углеводы – 78,6 г

ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 Разогреть духовку до 200 °С. Баклажаны вымыть, нарезать небольшими кубиками, уложить в форму для запекания, полить маслом и запекать в духовке 20 мин.

2 **МАКАРОНЫ GALLINA BLANCA** отварить в подсоленной воде, 7–10 мин., откинуть на дуршлаг. Приготовить сырный соус. Сливки и маскарпоне перемешать в сотейнике, прогреть на медленном огне, 5 мин. Добавить половину пармезана, перемешать. Посолить, поперчить.

3 Выложить половину макарон в форму для запекания, залить половиной сырного соуса. Сверху положить баклажаны, моццареллу и листья базилика. Уложить все слои еще раз. Сверху посыпать оставшимся пармезаном. Запекать 20–25 мин., до образования золотистой корочки.





СЕКРЕТЫ СУПОВОЙ ГАРМОНИИ







овощной суп с цукини и сельдереем





ЧТО НУЖНО:

- **1** луковица
- **1** картофелина
- **1** морковка
- **1** маленький цукини
- **1** пучок зеленого лука
- **1** стебель черешкового сельдерея
- **4** помидора
- **2 ст. л.** оливкового масла
- **2** **ДВУХСЛОЙНЫХ КУБИКА «БУЛЬОН + ПРИПРАВА» GALLINA BLANCA**
- **100 г** **ВЕРМИШЕЛИ GALLINA BLANCA**
- **4 ст. л.** готового соуса песто
- • поджаренные кусочки французского багета

Время приготовления: 33 мин.
Порций: 4
1 порция: 444,2 ккал
белки – 7,2 г, жиры – 24,7 г, углеводы – 48,2 г

ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 Луковицу очистить, нашинковать. Картофель, морковь и цукини очистить и нарезать брусочками. Зеленый лук и сельдерей вымыть, измельчить. Помидоры очистить от кожицы, разрезать на четвертинки, удалить семена, нарезать маленькими кубиками.

2 Разогреть в сковороде оливковое масло и обжарить картофель, морковь и сельдерей на небольшом огне, 15 мин. Добавить томат и цукини, готовить 3 мин.

3 Влить 1,5 л воды. Быстро довести до кипения. Уменьшить огонь и варить 5 мин.

4 Положить **ДВУХСЛОЙНЫЕ КУБИКИ «БУЛЬОН + ПРИПРАВА» GALLINA BLANCA**, готовить 3 мин.

5 Добавить **ВЕРМИШЕЛЬ GALLINA BLANCA** готовить 3 мин. Снять с огня и дать настояться.

Подавать с соусом песто и французским багетом.



пенне с грибами и луком



ЧТО НУЖНО:

350 г **ПЕРЬЕВ GALLINA BLANCA**
2 стебля лука-порея
1 зубчик чеснока
50 г сливочного масла
350 г грибов
250 г сыра маскарпоне
45 мл белого вина
• цедра 1 лимона
50 г тертого сыра пармезан
1 пучок петрушки
• соль, черный перец по вкусу

Время приготовления: 15 мин.
Порций: 4
1 порция: 675,6 ккал
белки – 30,3 г, жиры – 33,8 г, углеводы – 62,5 г

ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 Отварить **ПЕРЬЯ GALLINA BLANCA** в кипящей воде, 10 мин., откинуть на дуршлаг.

2 Порей нарезать кольцами, чеснок измельчить, обжарить их в сотейнике с половиной масла, 3 мин. Снять с огня, переложить в другую емкость. Грибы нарезать пластинками. Разогреть в сотейнике оставшееся масло, выложить грибы и обжарить, 5 мин. Вернуть в сковороду лук и чеснок. Добавить маскарпоне, белое вино, цедру и пармезан, приправить, перемешать и готовить 2 мин.

3 Петрушку измельчить. Перемешать перья с соусом, разложить по тарелкам и посыпать петрушкой.

КСТАТИ

Слово «паста», означающее «макаронные изделия», или, попросту, макароны, пришло из Италии, и сами макароны во всем своем многообразии также имеют итальянские названия, например, «пенне» означает «перья».



1


2


3


apple pie


1


BOSCH
2


BOSCH
3

овощная лазанья



ЧТО НУЖНО:

- **250 г** сухих листов теста для лазаньи
- **1** цукини
- **2** зубчика чеснока
- **2** средние картофелины
- **200 г** шпината
- **100 г** твердого сыра
- **4 ст. л.** оливкового масла
- соль по вкусу

Для томатного соуса:

- **3** помидора
- **1** сладкий болгарский перец
- **1** грейпфрут
- соль, перец по вкусу

Время приготовления: 55 мин.
Порций: 4
1 порция: 676,2 ккал
белки – 19,4 г, жиры – 38,3 г, углеводы – 63,4 г

КСТАТИ



ЧТО ДЕЛАТЬ:

Для приготовления этого блюда использовался кухонный процессор Bosch MCM 5540.

1 Листы теста для лазаньи опускать порциями в кастрюлю с кипящей подсоленной водой на 4 мин., затем окунуть в емкость с холодной водой. Готовые листы разложить на полотенце.

2 Цукини вымыть, срезать хвостики и натереть на **средней терке.** Чеснок измельчить. Подготовленные цукини обжарить с чесноком на оливковом масле, 5 мин. Приправить солью.

3 Отварить картофель в подсоленной воде до готовности, при помощи **насадки для приготовления пюре** растереть до пюреобразного состояния. Сыр натереть на средней терке. Разморозить шпинат и положить на сковородку, смазанную оливковым маслом, припустить в течение 3 мин., затем перемешать с сыром. Соединить картофельное пюре и шпинат.

4 **Приготовить томатный соус.** Помидоры вымыть, разрезать пополам; приготовить томатное пюре с помощью **блендера.** Сладкий перец вымыть, разрезать пополам, удалить сердцевину и семена, нарезать кубиками, потушить в оливковом масле, 5–7 мин., приправить солью и перцем. Грейпфрут вымыть, разрезать пополам, отжать сок на прессе для цитрусовых. К томатному пюре добавить тушеный перец и сок грейпфрута. Взбить в блендере.

5 На смазанный маслом противень выкладывать пласты лазаньи, прокладывая их картофельной начинкой и начинкой из цукини. Последним должен быть слой теста. Лазанью залить томатным соусом, накрыть фольгой. Поставить противень в разогретую до 180 °С духовку. Запекать 15 мин. Затем фольгу снять и дать лазанье подрумяниться, 5 мин.



4



5



На фото сервиз ФЛОРА от Zepter

омлет с тремя вкусами



ЧТО НУЖНО:

- **100 г** ветчины
- **2** белые луковицы
- **0,5** пучка петрушки
- **0,5** пучка укропа
- **1** зубчик чеснока
- **2 ст. л.** растительного масла
- **6** яиц
- щепотка мускатного ореха
- соль, черный перец по вкусу
- **1 ст. л.** сливочного масла

Время приготовления: 1 час 10 мин.
Порций: 4
1 порция: 266,7 ккал
белки – 14,3 г, жиры – 20,7 г, углеводы – 5,8 г

ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 Ветчину нарезать небольшими кусочками. Лук очистить и измельчить. Зелень вымыть, обсушить и мелко нарезать. Чеснок очистить и порубить.

2 На сковороде разогреть 1 ст. л. масла, выложить лук и обжаривать 3 мин. В миске смешать 2 яйца, соль, черный перец, щепотку мускатного ореха. Взбивать венчиком 4–5 мин. Добавить в яйца лук, перемешать.

3 В **кастрюлю Zepter** налить воду, поставить на огонь и довести до кипения, уменьшить огонь. Поставить на кастрюлю **комби-миску Zepter**, предварительно смазанную сливочным маслом.

4 Влить в миску яичную смесь, накрыть крышкой и готовить 15 мин.

5 Смешать еще 2 яйца, соль, черный перец, щепотку мускатного ореха, 1 ст. л. растительного масла и взбивать 4–5 мин. Добавить зелень с чесноком, перемешать и равномерно распределить по поверхности первого слоя. Накрыть крышкой и готовить 15 мин.

6 Оставшиеся яйца посолить, поперчить и тщательно взбить. Добавить ветчину, перемешать и аккуратно влить в миску с омлетом. Вновь накрыть крышкой и готовить 20 мин.

КСТАТИ

*** Благодаря специальной конструкции посуды Zepter и термоаккумулирующему дну влагосодержащие продукты можно готовить в ней без воды и в более щадящем режиме. А это способствует сохранению питательных веществ и витаминов.**

*** В Zepter-системе из нескольких ярусов можно готовить одновременно несколько блюд или ингредиентов одного блюда, что экономит время и электроэнергию.**





печенье с цукатами

ЧТО НУЖНО:

270 г	сливочного масла
1	стакан сахара
0,5 ч. л.	ванильного сахара
1	яйцо
2,5	стакана муки
20 г	разрыхлителя
3 ст. л.	овсяных хлопьев
50 г	цукатов

Время приготовления: 1 час
Количество: 18–20 шт.
1 порция: 231 ккал
белки – 3,6 г, жиры – 12,5 г, углеводы – 26,0 г

ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 Масло взбивать с сахаром и ванильным сахаром до тех пор, пока не получится пышная однородная масса. Отдельно взбить яйцо, добавить к масляной смеси. Перемешать.

2 Всыпать просеянную с разрыхлителем муку. Вымесить гладкое однородное тесто.

3 Скатать из теста шарики величиной с куриное яйцо.

4 Овсяные хлопья насыпать в миску. Противень выстелить промасленным листом пергамента. Каждый шарик обвалять в овсяных хлопьях. Выложить шарики на противень на расстоянии 5 см друг от друга. Оставить на 20 мин.

5 Цукаты залить кипятком, дать настояться 10 мин.

*** Для этого печенья подходят любые цукаты. Можно купить разноцветное ассорти, тогда печенье будет выглядеть еще нарядннее.**

6 Разогреть духовку до 180 °С. В центр каждого печенья положить по кусочку цуката и слегка прижать пальцами. Поставить в духовку и выпекать 20 мин. Вынуть из духовки и дать остыть на противне до комнатной температуры.





торт «капучино»

ЧТО НУЖНО:

Для теста:

- **2** яйца
- • щепотка соли
- **80 г** сахара
- **50 г** муки
- **20 г** крахмала
- • щепотка разрыхлителя
- **2 ст. л.** порошка какао
- **50 г** молотого миндаля

Для крема:

- **100 г** горького шоколада
- **8 г** желатина
- **80 мл** свежесваренного кофе
- **80 мл** кофейного ликера
- **400 мл** жирных сливок
- **2 ч. л.** ванильного сахара
- **1 ст. л.** порошка какао

Время приготовления: 45 мин. + 2 часа
Порций: 10
1 порция: 313 ккал
белки – 6,5 г, жиры – 20,5 г, углеводы – 25,6 г

ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 Сначала **приготовить тесто**. Белки отделить от желтков. Белки взбить со щепоткой соли и половиной сахара. Желтки взбить с оставшимся сахаром и 2 ст. л. теплой воды. В миске смешать муку с крахмалом, разрыхлителем, 1 ст. л. какао и миндалем. Добавить взбитые желтки и перемешать. Выложить в тесто взбитые белки, перемешать.



2 Разогреть духовку до 180 °С. Слегка смочить водой 2 круглые формы для выпечки, выстелить пергаментом и выложить на них равными порциями тесто. Поставить формы в духовку и выпекать 20 мин. Вынуть из духовки, дать остыть в формах.

3 **Приготовить крем.** Шоколад натереть на терке. Желатин замочить в теплом кофе, прогреть, не доводя до кипения. Добавить половину ликера, остудить. Сливки взбить. Не прекращая взбивать, добавить кофейно-ликерную массу. Полученный крем разделить пополам. В одну половину добавить ванильный сахар, в другую – 3/4 тертого шоколада и какао.

4 Из пергамента вырезать круг по диаметру разъемной формы, застелить им дно. Широкой лентой, вырезанной из пергамента, выстелить боковую поверхность формы. Нижний корж поместить на дно формы, сбрызнуть оставшимся ликером. Темный и светлый крем выложить в 2 кондитерских мешка с большой насадкой. Выдавливать на корж поочередно круги из темного и светлого крема. Немного крема оставить для украшения.

5 Второй корж выложить на кремовую поверхность торта и слегка прижать руками. Поставить торт на 2 ч в холодильник.

6 Вынуть торт из формы. Бока и верх торта смазать оставшимся кремом, затем присыпать какао.

Украсить торт оставшейся шоколадной крошкой. Подавать охлажденным.












СПОНСОР РЕЦЕПТА
Тесто Слоёное

корзиночки с фруктами



ЧТО НУЖНО:

- **1** упаковка **готового слоеного теста «Талосто»**
- **30 г** сливочного масла
- **1** банка (200 г) консервированных абрикосов
- **1** банка (200 г) консервированных вишен
- **100 г** абрикосового джема

Для начинки:

- **1 ст. л.** сливочного масла
- **75 г** сахарной пудры
- **1** яичный желток
- **0,25** стакана молотого миндаля

Время приготовления: 55 мин.
Порций: 12
1 порция: 278,2 ккал
белки – 3,3 г, жиры – 14,6 г, углеводы – 33,4 г

ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 Слоеное тесто вынуть из упаковки, размораживать при комнатной температуре в течение 15–20 мин. Пласт готового слоеного теста развернуть, разрезать пополам. Слегка раскатать тесто скалкой в одном направлении. Каждый пласт разрезать на 2 продольные полосы, а каждую полосу – на 3 части. Должно получиться 12 квадратов.

2 **Приготовить начинку.** Сливочное масло растереть с сахарной пудрой добела, добавить желток и миндаль, тщательно перемешать.

3 Углубления для кексов в форме смазать растопленным сливочным маслом. Выложить в каждую по квадрату теста, распределив его по внутренним стенкам. Расправить края. Равными порциями разложить по корзиночкам начинку.

4 Разогреть духовку до 210 °С. Абрикосы и вишни вынуть из банок, разложить на бумажном полотенце. Абрикосы нарезать дольками.

5 Уложить фрукты поверх начинки. Поставить форму в духовку. Выпекать 15–20 мин., до золотистого цвета.

6 Пирожные вынуть из духовки и сразу же смазать абрикосовым джемом. Дать остыть.

КСТАТИ



Приготовление слоеного теста в домашних условиях – трудоемкий процесс, который требует много усилий, времени и опыта. Опыт профессионалов компании «Талосто» позволяет производить слоеное тесто, которое имеет максимальное количество слоев – 256. Именно поэтому слоеное тесто «Талосто» при выпечке всегда получается пышным и воздушным.

256 СЛОЁВ!



Наш организм подобен мегаполису, от экологии которого во многом зависит здоровье его жителей. Тяжесть в желудке, усталость, дискомфорт – все это следствия плохой экологии организма. А причина – скопление в нем шлаков и токсинов, которые ослабляют иммунитет, снижают общий тонус, отрицательно сказываются на физическом и эмоциональном состоянии.

Ваш мегаполис загрязнился?

Теперь просто навести чистоту и порядок у себя внутри.
И здесь вам на помощь приходит био-кефир "Эффективный"!

Био-кефир "Эффективный" способствует естественному очищению организма, а также помогает нормализации работы кишечника. Его уникальные природные «очистители» пектин и инулин помогают организму избавиться от внутренних засоров в виде накопившихся шлаков и токсинов, предохраняют от дисбактериоза и способствуют синтезу витаминов и полезных биологически активных веществ. Вот почему Био-кефир «Эффективный» быстро восстановит атмосферу чистоты и легкости в вашем внутреннем мегаполисе, наполнив вас прекрасным самочувствием и отличным настроением!

Рекомендовано Институтом Питания РАМН.



ТОВАР СЕРТИФИЦИРОВАН

РЕКЛАМА



ДОРОГИЕ ЧИТАТЕЛИ!

Продолжается подписка на 2007 год на наши журналы «Гастрономъ», «Школа гастронома», «Школа гастронома. Коллекция рецептов», «Садовник» и «Ручная работа» через редакцию.
Вы можете подписаться на наши издания с любого месяца в течение 2007 года.
Оформив подписку до 15-го числа текущего месяца, вы сможете получать журнал со следующего месяца.
Минимальный срок подписки - 1 месяц.

гастрономъ

Журнал выходит 1 раз в месяц.
Стоимость подписки на 1 месяц – 70 руб.
Для Украины, Белоруссии, Узбекистана, Эстонии стоимость подписки на 1 месяц – $4,00.
Для остальных стран стоимость подписки на 1 месяц – $7,70.

ШКОЛА ГАСТРОНОМА

Журнал выходит 2 раза в месяц.
Стоимость подписки на 1 месяц – 70 руб.
Для Украины, Белоруссии, Узбекистана, Эстонии стоимость подписки на 1 месяц – $3,40.
Для остальных стран стоимость подписки на 1 месяц – $6,00.

ШКОЛА ГАСТРОНОМА. КОЛЛЕКЦИЯ РЕЦЕПТОВ

Журнал выходит 2 раза в месяц.
Стоимость подписки на 1 месяц – 70 руб.
Для Украины, Белоруссии, Узбекистана, Эстонии стоимость подписки на 1 месяц – $3,40.
Для остальных стран стоимость подписки на 1 месяц – $6,00.

Ручная Работа

Журнал выходит 2 раза в месяц.
Стоимость подписки на 1 месяц – 70 руб.
Для Украины, Белоруссии, Узбекистана, Эстонии стоимость подписки на 1 месяц – $3,40.
Для остальных стран стоимость подписки на 1 месяц – $6,00.

садовник

Журнал выходит 1 раз в месяц.
Стоимость подписки на 1 месяц – 50 руб.
Для Украины, Белоруссии, Узбекистана, Эстонии стоимость подписки на 1 месяц – $2,80.
Для остальных стран стоимость подписки на 1 месяц – $5,00.



Для оформления редакционной подписки

1 • Заполните платежный документ и оплатите его через любое отделение Сбербанка
2 • Разборчиво укажите фамилию, адрес (с почтовым индексом) и телефон подписчика
3 • В графе «кол-во месяцев» напротив выбранного журнала(ов) укажите количество месяцев
4 • В графе «сумма» укажите общую сумму за нужное количество журналов
5 • Отправьте копию оплаченной квитанции по факсу: (495) 725-1070 (доб. 5048), по адресу: 125993, Москва, Волоколамское ш., д. 2, стр. 1, или e-mail: ekozlova@idvz.ru

* *Отправка журналов осуществляется заказной бандеролью в течение трех дней с момента выхода журнала. Стоимость доставки включена в стоимость журнала*
* *Доставка курьером (только по Москве) осуществляется до почтового ящика в течение 7 дней*
* *В цену подписки не включена комиссия Сбербанка*
* *Стоимость доставки включена в стоимость журнала*

• **На наших сайтах** www.gastromag.ru, www.sadovnikmag.ru, www.handmade.idvz.ru вы можете оформить редакционную подписку на наши журналы, а также заказать уже вышедшие номера.
Отправка предыдущих номеров осуществляется заказной бандеролью наложенным платежом в течение месяца с момента подачи заявки.

• **Подписка для юридических лиц** оформляется на основании заявки и своевременной оплаты выставленного счета. Оформить заявку вы можете через сайт www.gastromag.ru, e-mail: ekozlova@idvz.ru

• **Подписка на журналы в других странах:**
Перечислите на наш валютный счет необходимую сумму в долларах США.
Beneficiary: ZAO «Izdatelsky dom «Vkusnaya zhizn»
Acc. №40702840538040205252
With Sberbank Russia, Tverskoe otdelenia 7982, Moscow S.W.I.F.T.
Code: SARRUMM
Address: Leningradskiy prospect, dom 30, 125040, Moscow, Russia
Correspondents (Nostro): The Bank of New York, USA SWIFT Code: IRVTUS3N Acc.890-0057-610

* *Возможна оплата через Сбербанк в рублях по курсу на день оплаты*

• **Подписка на журналы в любом отделении связи или через подписные агентства:**
АПР. Объединенный каталог «Пресса России»
Подписные индексы: Гастрономъ – 44140, 44141; Школа гастронома – 84584, 83273; Садовник – 46505, 20218; Ручная работа – 18131
Роспечать. Каталог Агентства «Роспечать»
Подписные индексы: Гастрономъ – 81150, 81158; Школа гастронома – 83316, 83273; Садовник – 46345, 20415; Ручная работа – 18091
МАП. Каталог российской прессы ПОЧТА РОССИИ
Подписные индексы: Гастрономъ – 12598, 99378; Школа гастронома – 12599, 11308; Садовник – 24324, 63427; Ручная работа – 24323
Интер-Почта-2003, тел. (495) 500-0060 (Москва), (495) 953-9262 (ближнее и дальнее зарубежье)
Вся пресса, тел. (495) 787-3445
ИЧУП «РЭМ-Инфо»: каталог «Белпочта», г. Минск, тел. (017) 291-9891
Подписной индекс: Гастрономъ – 44141; Школа гастронома – 81158; Садовник – 46345
Подписное агентство KSS, г. Киев, тел.: (044) 270-6220, 270-6222, 464-0220
Урал-Пресс, тел. (495) 214-5162
г. Екатеринбург, тел. (3432) 75-6274

Извещение

Получатель платежа: ЗАО «Издательский дом «Вкусная жизнь»
ИНН 7743038046 КПП 774301001
Корр. сч. 30101810400000000225 БИК 044525225
Расч. сч. 40702810338040105252 в Сбербанк России Тверское ОСБ 7982

Ф.И.О. ______________________
Адрес ______________________
______________ Тел.: ______________

Подписка на журнал	Кол-во месяцев	Сумма
Гастрономъ		
Коллекция рецептов		
Школа гастронома		
Ручная работа		
Садовник		
Итого к оплате		

Доставка: ☐ курьер ☐ зак. бандероль

С условиями приема указанной в платежном документе суммы, в т.ч. с суммой взимаемой платы за услуги банка, ознакомлен и согласен Плательщик

Кассир

Квитанция

Получатель платежа: ЗАО «Издательский дом «Вкусная жизнь»
ИНН 7743038046 КПП 774301001
Корр. сч. 30101810400000000225 БИК 044525225
Расч. сч. 40702810338040105252 в Сбербанк России Тверское ОСБ 7982

Ф.И.О. ______________________
Адрес ______________________
______________ Тел.: ______________

Подписка на журнал	Кол-во месяцев	Сумма
Гастрономъ		
Коллекция рецептов		
Школа гастронома		
Ручная работа		
Садовник		
Итого к оплате		

Доставка: ☐ курьер ☐ зак. бандероль

С условиями приема указанной в платежном документе суммы, в т.ч. с суммой взимаемой платы за услуги банка, ознакомлен и согласен Плательщик

Кассир

читайте в следующих выпусках:

- салат с фарфалле
- ачма
- фасолевый суп с кинзой
- фаршированный гусь
- рыба с овощами
- хлеб с ветчиной и сыром
- торт «павлова»

следующий номер выйдет 7 мая



ГДЕ КУПИТЬ

- **Рис Мистраль Индика Gold**
во всех крупных супермаркетах
www.tkmistral.ru
- **Магазины Zepter**
Москва, ул. Новый Арбат, 26, тел.: (095) 291-1123
www.zepter.com
телефон информационной линии 8-800-2002-700
- **Bosch**
www.bosch-bt.ru
- **Талосто**
www.talosto.ru
горячая линия по выпечке +7 (495) 411-7702
- **Посуда Fissler в фирменных магазинах Zwilling J.A. Henckels**
Ленинградский пр-т, 48/2, тел. (495) 614-2249
Ленинский пр-т, 65, тел. (495) 938-2900
Ул. 1-я Тверская-Ямская, 8, тел. (495) 250-2287
Ул. Покровка, 12, стр. 1, тел. (495) 623-1906
Пр-т Мира, 112, тел. (495) 687-5489
Ул. Пятницкая, 5, тел. (495) 951-6148
Ул. Мясницкая, 10, тел. 8-926-206-2071
ТК «Мега-1», Теплый стан, 41-й км МКАД, тел. (495) 540-4552
ТРЦ XL-3, МО, г. Мытищи, ул. Коммунистическая, 1,
тел. (495) 258-8572

ШКОЛА ГАСТРОНОМА

№08 (82), апрель 2007
выходит 2 раза в месяц

Издатель: ЗАО «ИД «Вкусная жизнь»
125993, Москва, Волоколамское ш., 2, стр. 1,
тел./факс: (495) 725-1070,
e-mail: mail@idvz.ru
www.gastromag.ru

Председатель совета директоров Наталья Чернышева
Генеральный директор Елена Трухина
шеф-редактор Андрей Захарин

РЕДАКЦИЯ:
координатор проекта Ирина Мосолова
главный художник Ирина Лещенко
отв. секретарь Ольга Пахтусова
руководитель фотослужбы Екатерина Овселян
фотограф Вадим Жадько
дизайнеры-верстальщики Максим Новрузов, Сергей Ткаченко
редакторы Варвара Емелина, Александр Ильин, Мария Привезенцева
веб-редакторы Екатерина Гурова, Юлия Товбина
корректоры Лилия Дунаева, Любовь Никифорова
повар-консультант Константин Жук

Исполнительный директор Ольга Ткалич

Директор по рекламе ЗАО «Вкусная жизнь» Марина Мамина
Отдел рекламы: Евгения Демченко, Инна Иванченко, Ольга Козырева, Елена Кузьмичева, Елена Матвеева, Марина Мешкова, Жанна Русакова (заместитель директора), тел.: (495) 725-1071

Отдел маркетинга: Эльмира Нагаева (директор), Зоя Галишникова, тел.: (495) 725-1070

Распространение: Сергей Татаркин (директор), Андрей Телингатер (менеджер по Москве), Елена Царева, Наталья Симонова, Александр Шалимов (менеджеры по регионам) тел.: (495) 725-1070 факс: (495) 725-1070, доб. 5048
Подписка: тел.: (495) 792-5562

Техническая поддержка: Михаил Афанасьев, Игорь Долманов, «Свет Компьютерс» тел.: (495) 795-0295
Предпечатная подготовка: Марианна Геннинг, Вера Давыдкина, Светлана Кузина, Екатерина Панюшкина (руководитель отдела), Любовь Попова

Типография: «Алмаз-пресс» (Москва) Тираж: 233 650 экз. Цена свободная

Автор макета: Ирина Лещенко
Фото на обложке: Вадим Жадько

Издание зарегистрировано в Министерстве Российской Федерации по делам печати, телерадиовещания и средств массовых коммуникаций.
Свидетельство о регистрации средства массовой информации №77-15924 от 07.07. 2003 г.



Дорогие друзья!

Хотите научиться готовить не хуже любого шеф-повара? Тогда Школа кулинарного мастерства журнала «Гастрономъ» именно то, что вам нужно. Вы сможете не просто наблюдать за мастер-классом, а активно готовить вместе с педагогом. Школа кулинарного мастерства – это большое количество разноплановых курсов, где вы найдете для себя интересное занятие.





Темы занятий на апрель:

- Курс «От простого к сложному», I и II ступени
- Французская кухня
- Итальянская кухня
- Японская кухня
- Китайская кухня
- Горячее из мяса и птицы
- Мастер-класс А. Селезнева
- Блюда из рыбы и морепродуктов
- Готовим вместе с мамой
- Домашняя грузинская кухня
- Домашняя выпечка
- Основы карвинга
- Мексиканская кухня
- Домашние обеды
- Русская кухня
- Салаты и закуски
- Пасхальные десерты
- Конфеты ручного приготовления и птифуры
- Европейские торты и десерты

Стоимость занятий:

• Курс «От простого к сложному»	
1 занятие	1700 руб.
4 занятия	5200 руб.
• Тематические занятия	2300 руб.
• Этнические темы	3500 руб.
• Абонемент	
4 тематических занятия	7500 руб.
4 этнических занятия	11 500 руб.
• Абонемент на год	
(неограниченное количество посещений)	$2500

Информация о Школе на сайте www.gastromag.ru и по телефону (495) 725-1070